DANIELLA DE MEDEIROS

CONSTELAÇÃO ALMA

O QUE MUDOU? REGISTROS ENERGÉTICOS APÓS A CONSTELAÇÃO E MEDITAÇÕES

CONSTELAÇÃO DA ALMA
O que mudou? Registros energéticos após a Constelação e Meditações

(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Dhanista
Constelação medial : como a meditação guiada transcende o ser / Dhanista. -- Paraty, RJ : Ed. da Autora, 2024.

ISBN 978-65-01-10684-7

1. Consciência 2. Constelação sistêmica familiar 3. Emoções - Aspectos psicológicos 4. Hellinger, Bert, 1925-2019 5. Insight 6. Meditação I. Título.

24-219095 CDD-158.12

Índices para catálogo sistemático:

1. Meditação : Desenvolvimento pessoal : Psicologia aplicada 158.12

Aline Graziele Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

Este livro passou por adaptações na capa (2026), mas sua parte interna continua íntegra.
Quando falamos de Constelação da Alma, falamos de Constelação Medial.
A autora se chama Daniella de Medeiros, sendo Dhanista seu nome espiritual.

A Constelação Medial é uma abordagem que traz consciência do indivíduo para resolver conflitos que impedem a expansão da alma. Desenvolvida por Bert Hellinger, citada principalmente em seu livro "Olhando para a alma das crianças", a prática tem trazido resultados mais expressivos que a constelação sistêmica, pela sua capacidade de promover insights profundos sem ser necessário dizer uma única palavra, principalmente se tratando de grupos presenciais. As transformações emocionais dos participantes são visíveis. Nas próximas páginas, disponibilizamos imagens dos campos energéticos ao redor dos dedos dos parti-

cipantes antes e depois da sessão de uma hora da Constelação Medial, realizada por Dhanista.

A fotografia dos campos energéticos, popularmente chamada de Foto Kirlian, descoberta por Semyon Kirlian em 1939, utiliza uma alta voltagem para registrar o campo eletromagnético das pessoas em filmes fotográficos. É comumente usada em estudos para observar mudanças nos campos energéticos antes e depois de várias intervenções terapêuticas. No contexto da constelação medial, essa ferramenta oferece uma maneira visual e quantificável de entender as transformações energéticas e emocionais que ocorrem durante as sessões.

Ao compararmos as imagens, identificamos padrões e mudanças que possam corroborar os efeitos terapêuticos relatados subjetivamente pelos participantes. Os resultados fornecem uma compreensão profunda da eficácia da Constelação Medial e contribuem para a validação científica desta prática.

A Constelação Medial proporciona uma observação da raiz de um problema que acompanha nossa vida, o qual não conseguimos solucionar. Essa questão pode ser na área profissional, pessoal, financeira, relacionamentos e até mesmo na saúde mental. Quando formamos um grupo de Constelação Medial, entramos em ressonância com um campo chamado "morfogenético" (conceito desenvolvido por Rupert Sheldrake), que também pode ser chamado de inconsciente coletivo. A ciência tem denominado de campo quântico.

Através dele, conseguimos acessar onde um movimento de amor foi interrompido, sabendo que essa interrupção gera emaranhamento no sistema, seja ele familiar ou espaço/tempo. Esse lugar é identificado através da consciência, do olhar e da representação das pessoas que entram em sintonia com esse campo de informações que ocorre a nível sutil, assim como o wi-fi, onde não vemos a conexão embora ele esteja atuando, nos trazendo a internet. Esse olhar traz um esclarecimento que traz

solução e atitude para novos passos em direção ao que realmente se quer em relação a metas, objetivos e até mesmo aos sonhos desejados para a vida.

Visão Geral da Constelação Medial

1. Conexão com o Campo Energético:
A Constelação Medial enfatiza a conexão com um campo de conhecimento maior, que Hellinger chama de "campo morfogenético" ou "campo espiritual". Nesse campo, informações sobre a família e os sistemas de relacionamento são acessadas de forma intuitiva pelos facilitadores e representantes.

"Rupert Sheldrake fala de uma mente ampliada. Trata-se de um campo em que se encontram todos os nossos antepassados, assim como tudo aquilo que já ocorreu. Nesse campo, todos estão em ressonância com todos. Somos influenciados por ele". (HELLINGER, Bert, em "Olhando para a alma das crianças")

2. Intuição e Espiritualidade:
Diferente das constelações tradicionais, onde a ênfase está na observação e interpretação das dinâmicas familiares, a Constelação Medial permite que o facilitador e os participantes se conectem de forma intuitiva que, porém, exige uma prática para aplicar o método que consiste em mais de 200 horas. A espiritualidade desempenha um papel central, permitindo que os insights surjam de uma compreensão mais profunda e imediata das questões apresentadas. “Os representantes se sentem conectados a uma outra dimensão” (HELLINGER, Bert. Workshop realizado na Alemanha em 2013).

3. Representação e Movimentos da Alma:
Os representantes nas Constelações Mediais podem experimentar movimentos que são guiados por uma força maior, referida como “movimentos da alma”. Esses movimentos são vistos como manifestações diretas das dinâmicas ocultas dos sistemas familiar ou espaço/tempo, revelando padrões e soluções de forma mais espontânea.

4. Menor Intervenção Direta:
O facilitador na Constelação Medial intervém menos diretamente. Em vez de orientar os representantes com perguntas ou instruções, o facilitador observa e confia nos movimentos naturais dos participantes. Isso requer confiança no processo e habilidade para interpretar os sinais sutis que surgem durante a constelação.

5. Resultados Profundos:
Hellinger acreditava que as Constelações Mediais poderiam proporcionar resultados mais profundos e transformadores. Ao acessar níveis profundos do inconsciente coletivo e das dinâmicas familiares, as soluções emergem de forma orgânica e completa.

6. Aplicações e Benefícios
A Constelação Medial é útil em situações onde as dinâmicas da alma são complexas e profundamente enraizadas. Ela permite que os participantes experimentem uma conexão mais direta com as forças que moldam seus relacionamentos e identidades, facilitando uma transformação holística.

Em suma, a Constelação Medial representa uma evolução das constelações familiares, incorporando elementos espirituais e intuitivos para acessar e resolver dinâmicas sistêmicas de uma maneira mais profunda e abrangente.

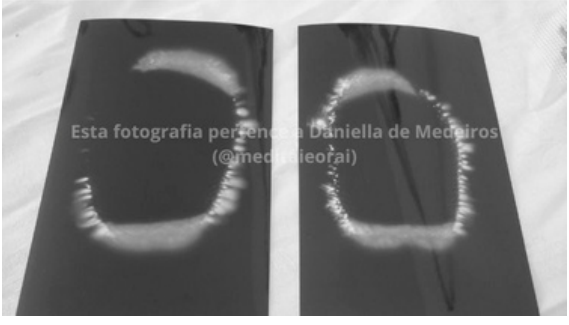
Sobre o procedimento, não preciso olhar para as pessoas. Quando me concentro, estou em sintonia com elas através de outra força, uma força curativa, uma força criadora. Nessa dimensão espiritual não há vencedores que desejem ganhar algo para seu eu. Aqui, o amor vai igualmente para todos. Essa força atua diretamente. Nesse nível não há brincadeiras.(...) Nas constelações mediais , movo-me para além dessas ordens [do amor], para outro nível. Isso amedronta muitos daqueles que estavam acostumados com as Constelações Familiares antigas. Amedronta muitos daqueles que fazem uma formação como consteladores familiares, que recorrem às Constelações Familiares antigas e se movem dentro delas". (HELLINGER, Bert, em "Olhando para a alma das crianças")

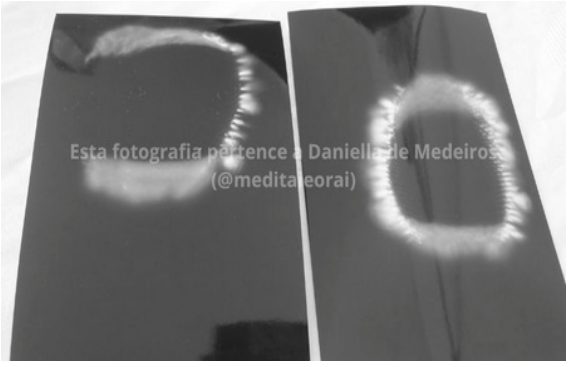
O que é bioeletrografia
(Fotografia Kirlian)?

A bioeletrografia, também conhecida como fotografia Kirlian, é uma técnica que captura imagens dos campos energéticos ao redor dos objetos, incluindo organismos vivos. Descoberta por Semyon Kirlian em 1939, esta técnica utiliza alta voltagem para criar uma descarga elétrica que é registrada em um filme fotográfico. As imagens resultantes mostram uma espécie de "aura" luminosa ao redor do objeto, que é interpretada como uma representação visual de seu campo energético ou bioenergia. A bioeletrografia tem sido usada em diversas áreas, incluindo estudos de saúde holística, para investigar mudanças energéticas em resposta a estímulos físicos ou emocionais.

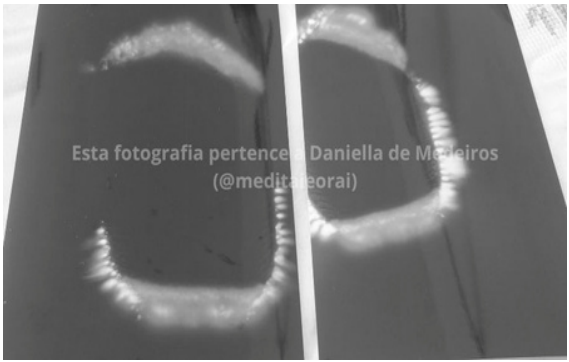
As fotografias foram retiradas por Ivanês Lopes, licenciado em Ciências da Religião (UERN), aluno em Neurociência do Instituto Pedagógico Brasileiro (Curitiba, PR, concluindo em 2025), fotógrafo (desde 1977), jornalista (sob número 0002254),

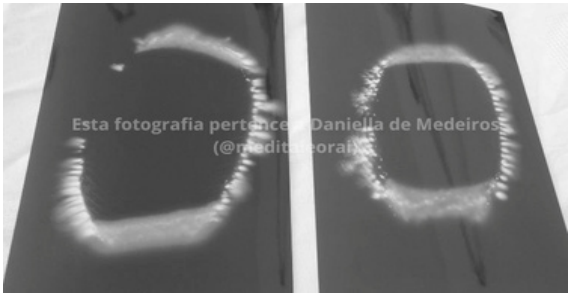
formado em Iridologia, Bioeletrografia, Florais de Saint-Germain, Meditação, Psicossomática e Reiki. A sessão foi realizada por Daniella Fernandes de Medeiros Duarte, consteladora formada pelo Instituto Afya e Escola Hellinger.



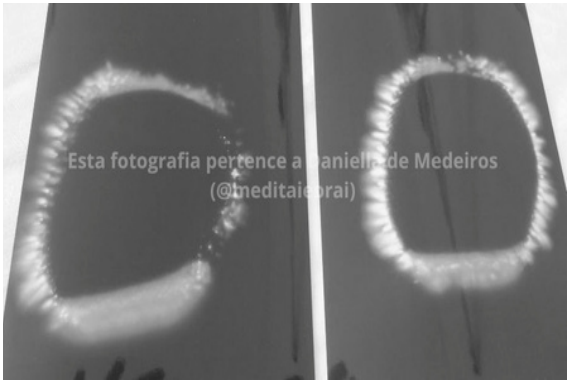

Esta fotografia pertence a Daniella de Medeiros
(@meditaeorai)

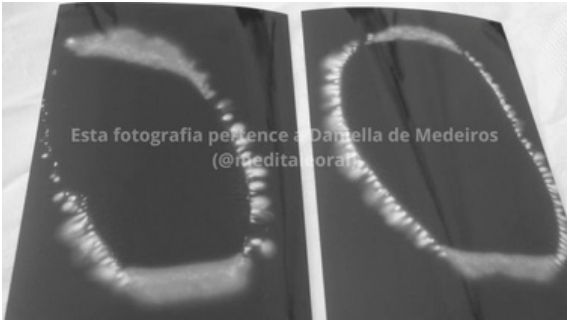
Esta fotografia pertence a Daniella de Medeiros
(@meditateora

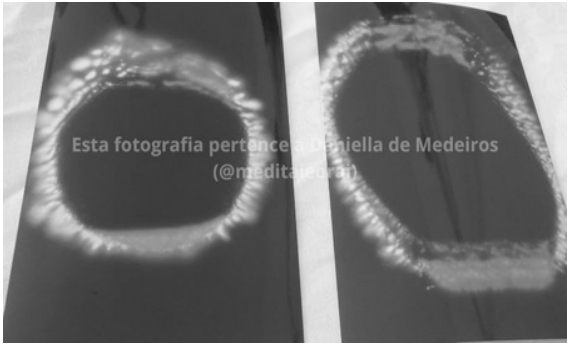

Esta fotografia pertence a Daniella de Medeiros
(@meditacaoorai)


Esta fotografia pertence a Daniella de Medeiros
(@meditacaoraio)

Esta fotografia pertence a Daniella de Medeiros
(@meditateora


Esta fotografia pertence a Daniella de Medeiros
(@meditaieorai)


Esta fotografia pertence a Daniella de Medeiros
(@meditadora)


Esta fotografia pertence à Daniella de Medeiros
(@meditajeodrai)

LAUDOS:

*Análise Bioeletrografia 1:

Antes: Paciente com Depressão acentuada.

Depois da Constelação Medial:

Recuperação da Depressão de forma evidente.
*Análise Bioeletrografia 2:
Antes: Paciente com Depressão profunda e Tendência auto-destrutiva.
Depois da Constelação Medial: Recuperação acentuada da Depressão e da Tendência Auto--destrutiva.
*Análise Bioeletrografia 3:
Antes: Paciente com Estado de Depressão profunda e Tendência auto-destrutiva.
Depois da Constelação Medial: Índice de recuperação total e campo energético de consistência integral.
*Análise Bioeletrografia 4:
Antes: Tendência auto-destruti-

va. Conflitos Emocionais.
Depois da Constelação Medial: Recuperação parcial do campo energético. Eliminação da Tendência auto-destrutiva.
*Análise Bioeletrografia 5:
Antes: Paciente com Depressão. Conflitos Emocionais.
Depois da Constelação Medial: Em consequência da falha no hipocampo antes da Constelação, não seria possível observar Processo Degenerativo, possivelmente por idade. Após a Constelação com a recuperação do Hipocampo ou Campo energético, se tornou possível visualizar o Processo Degenerativo, evidenciando-se a Constelação nessa situação como tratamento

preventivo.

*Análise Bioeletrografia 6:. Antes: Depressão. Conflitos Emocionais. Excesso de Preocupação.

Depois da Constelação Medial: Inexistência de Depressão. Inexistente de Conflitos Emocionais. Inexistente de Preocupação.

*Análise Bioeletrografia 7: Antes: Possível Fratura Oncológica. O paciente é ou foi portador de algum tipo de Câncer em desenvolvimento ou curado respectivamente. Desequilíbrio nos Hemisférios Yin e Yang. Depois da Constelação Medial: Recuperação de 95% do Equilíbrio Energético.

*Análise Bioeletrografia 8:
Antes: Desequilíbrios Energéticos nos Hemisférios Yin e Yang. Início de Depressão.
Depois da Constelação Medial: Recuperação de 95% do Equilíbrio Energético. Início de possível Depressão: inexistente.

AGORA, ENTRAMOS NA SEGUNDA PARTE DESTE LIVRO COM MEDITAÇÕES DE CONSTELAÇÃO MEDIAL.
VOCÊ PODE LER E PERCEBENDO COMO SEU CORPO REAGE OU PODE GRAVAR COM SUA VOZ E OUVIR EM UM MOMENTO TRANQUILO. POSSO GARANTIR QUE AS DUAS FORMAS
TRAZEM BENEFÍCIOS. PODE FAZER AS MEDITAÇÕES NA ORDEM EXPOSTA AQUI OU ABRIR UMA PÁGINA AO ACASO. PODE FAZER QUANTAS POR DIA QUISER OU UMA POR DIA. O IMPORTANTE DEVE SER ESTAR CONSCIENTE DOS MOVIMENTOS INTERNOS. PERMITA-SE SER LEVADO PELA EMOÇÃO E LIBERE QUALQUER ENERGIA DENSA QUE POSSA ESTAR ACUMULADA EM SEU CAMPO ENERGÉTICO.

MÃE

De acordo com o UNICEF, 3.7 milhões de crianças no Brasil são órfãs de pai e mãe. Essa informação é para lembrarmos de agradecer o fato de ter nosso pai e nossa mãe em nossa convivência. Aprender a pedir a bênção da vida que vem através deles.

Você já pediu a bênção para sua mãe hoje?

Ela nos deu a vida. A vida é preciosa e muitas pessoas esquecem disso. Quando conseguimos agradecer profundamente à nossa mãe, um novo mundo se abre com novas pessoas, possibilidades e alegrias. Quando falo sobre agradecer não precisa ser ligar ou olhar para ela toda hora e dizer "obrigada". Da mesma forma é a bênção. Nossa ATITUDE para com ela
diz muito mais que qualquer palavra.

Que atitude é essa?

É aceitá-la da forma que é. Uma humana com defeitos e qualidades. Não precisamos

tomar conhecimento de tudo o que ela passou para finalmente termos essa atitude. Se durante sua vida você tem passado por desafios, problemas, dificuldades, tristezas e ressentimentos, o
que faz você achar que ela não tenha passado por algo semelhante?

Você gostaria que ela tivesse passado por tudo e não ter sido atingida? É a mesma coisa de querer que as ondas do mar batam nas rochas e não formem buracos e deformações. A vida bate como a água. Isso não é bom nem ruim. É simplesmente a vida nos moldando para nos
transformarmos em uma bela e única obra de arte.

Apesar da pedra e da água serem pedra e água, as duas se moldam de formas diferentes e infinitas. Assim é a nossa mãe. Podemos olhar para a mãe de uma outra pessoa que admiramos e até imaginarmos que aquela seria ideal para nós por que trata aquele pessoa do jeito que gostaríamos de sermos tratados, quando, verdadeiramente,

a nossa mãe é a certa e
perfeita para nós, assim como nossa vida se desenvolve da forma perfeita em cada um de seus detalhes. É o que nossa alma precisa e vem precisando desde muito longe. Mesmo
que nossa mente não compreenda e não lembre de tudo o que está por trás desse cenário. Podemos dedicar cada momento da nossa vida à nossa mãe, que nos deu a vida! É tão óbvio! Nossa mãe nos deu a vida!

Esquecemos disso tantas e tantas vezes quando olhamos para todas as fantasias que criamos em nossa cabeça de como ela deveria ser e agir! Já parou para pensar que alguns cientistas desafiam a natureza humana a ponto de desejarem criar a vida sem que precise de uma mãe? Se um dia esse dia chegar, é o fim da raça humana, teremos zumbis! Por quê? Porque a vida que vem através da nossa mãe é insubstituível. Quando relembramos de tantos
sacrifícios que ela fez para chegar até onde chegou, mesmo que seja o simples fato de nosgerar, é uma dádiva divina.

Você sabe o que sua mãe precisou passar desde o dia que nasceu até o dia que você nasceu??? Nós não sabemos, não temos a menor ideia nem mesmo temos o direito de imaginar! Podemos ter alguma pista a partir do que estamos passando na nossa vida agora.

Já percebeu quanta gente nasce todos os dias? Mas talvez não imagine quantos não nascem e quantos casais tentam ter filhos e não conseguem. Só por isso. agradecemos dia
após dia, levando essa gratidão para cada célula de nosso corpo.

É importante valorizarmos nossa mãe do jeito que ela é, como aquele ser humano maravilhoso que deu essa vida para a gente, que deu a oportunidade de estarmos aqui, agora, neste planeta, neste lugar, vivenciando todas as possibilidades que a vida presenteia.

MEDITAÇÃO

Respire fundo e perceba essa vida que pulsa em você.
Mesmo que você não tenha a mãe biológica com você ou não se dê bem com ela, vamos fazer essa meditação. Você sabia que comecei a estudar desenvolvimento pessoal aos 16 anos porque não lidava bem com minha mãe?

É possível termos um bom relacionamento com nossa mãe, mesmo que ela não seja a mãe que imaginamos que deveria ser.
O fato. fato, fato. verdadeiro, real é que ela deu a vida para você e ninguém mais.
A vida é tudo, tudo, tudo. Nossa mãe que proporcionou isso. Está acima de qualquer coisa e qualquer pessoa por ter proporcionado.

É divino. Esse é o motivo de agradecermos a vida para nossa mãe.

Já pensou como gerar a vida não é tão simples assim? É só pegar uma fichinha e

esperar a sua
vez? Não é assim tão simples! É motivo de agradecermos o tempo inteiro e mesmo assim não dá tempo de agradecermos o suficiente. Isso é um ato de humildade.

“Querida Mãe,

Você é uma mulher comum, assim como milhares de outras mulheres. Amo você assim,
como mulher comum. Como mulher comum você encontrou o meu pai. Ele também é
comum. Vocês se amaram e decidiram passar a vida inteira juntos. Casaram-se, isto também é
comum, e se amaram como homem e mulher profundamente. Fui gerado através desse
amor profundo.

Sou fruto do amor de vocês.

Vivo, pois vocês se amaram - muito comum. Esperaram por mim durante nove

meses, com
esperança e aflições. perguntando-se se as coisas caminhariam bem para vocês e para mim.

Sim, querida mamãe, então você me pariu com dores e tormentos. Assim como outras mães têm os seus filhos. Então, eu estava aqui. Vocês olharam para mim e se olharam.
Estranharam: este é o nosso filho? E disseram sim para mim. Sim, você é o nosso filho e nós somos seus pais. Tomamos você como o nosso filho. Então me deram um nome através do
qual me chamam, deram-me o seu nome e disseram à todos: este é o nosso filho, pertence a nós.

Vocês me nutriram, educaram e cuidaram
de mim durante muitos anos. Sempre pensaram
em mim. Preocupavam-se e se questionavam sobre as minhas necessidades. De- ram-me muito. Os outros, assim como eu, também, às vezes, diziam que vocês tinham

falhas, que não eram perfeitos e que deveriam ter sido diferentes.

Mas assim, da forma que vocês foram, foram certos para mim. Somente por terem sido da
forma que foram, tornei-me quem sou. Para mim, tudo estava certo. Eu lhe agradeço, querida mãe, eu lhe agradeço, querido pai.

Agora, o mais importante: “Liberto você, querida mãe, de todas as minhas expectativas
e exigências que superam o que se pode esperar de uma mulher comum. Recebi suficientemente e já basta. Obrigado. Libero você, querido pai, de todas as minhas expectativas e exigências que superam o que se pode esperar de um homem comum.

Eu lhe agradeço.” Bert Hellinger

PAI

Sem o pai, estaríamos incompletos e assim, não existiríamos. Ele nos deu a vida junto com a nossa mãe. Há quem diga: "Meus pais se encontraram durante uma hora. Não sei
quem é meu pai". Não tem problema. Ele está nos ossos, nos músculos. Teve disponibilidade de uma hora para encontrar sua mãe e dar a oportunidade ÚNICA de você nascer.

Isso é fantástico! Maravilhoso.

Em dez anos, no Brasil, aumentou em mais de 60% a taxa de divórcio. Isso implica o fato de que, na maioria dos casos, as crianças ficam com a mãe. No Brasil, 91% das mães têm a guarda dos filhos e não têm acesso ao pai. A situação não seria grave se essas mães não fizessem tanta questão de "matar" o pai dentro dos filhos, comentando sobre seus erros ou traições ou incapacidades. Quando uma mãe critica o pai para os filhos esquece completamente da parte

dele para o milagre da vida e, com isso, mata o milagre, mata o filho. O filho se sente mal, perdido, inconveniente e odiado. O que está acontecendo no nosso país? As crianças estão perdendo o acesso aos seus genitores masculinos. Tem muita gente bem-sucedida que não teve pai presente, mas tem o pai presente na alma.

Isso se deve ao quê, principalmente? À uma mãe que respeitou o pai da criança apesar de tudo. Por amor ao filho, ressignificou qualquer coisa, julgada errada, que esse pai tenha feito e relembrou para o filho o que o pai deu e fez de bom. Poucas mulheres fazem isso porque se trata de um ato de grandeza. Tal ato exige humildade. E isso não está à venda.

Quando tivemos acesso somente às histórias negativas do nosso pai, nossa alma sente falta, sente um vazio.

Então, mesmo que o relacionamento tenha terminado, o amor pelo homem que aceitou o "convite" de ser pai do nosso

filho, continua nos filhos. Então, nós, como mães, sempre devemos lembrar desse amor primordial para que nossos filhos cresçam saudáveis, felizes e ricos.

MEDITAÇÃO

Respiramos fundo, nos entregamos a esse exercício de nos apropriarmos do nosso pai, de nossa parte masculina. Permitimos que venha à nossa imagem mental, nosso pai, mesmo que não tenhamos conhecido ele.

Ele chega em nossa imagem mental e nós ficamos pequenininhos, aprendendo a andar. Nesse caminhar, sentimos esse suporte vindo atrás de nós, nas nossas costas. Damos um passo e sentimos atrás de nós, nos ajudando a levantar. Damos mais um passo. Podemos espernear e dói muito. Então, ele sustenta nosso levantar! Levantamos mais e mais e mais fortes.

Caminhamos passo a passo em direção à vida, com o suporte do nosso pai e de todos oshomens que vieram antes.

“DURANTE SÉCULOS, EM MUITAS CULTURAS, O HOMEM AGIU DE FORMA INADEQUADA COM AS MULHERES. EM RESPOSTA A ESSE COMPORTAMENTO, A MULHER SE VOLTOU CONTRA OS HOMENS. AGORA, A MULHER PRECISA ENCONTRAR UM CAMINHO PARA PERDOAR ESSES HOMENS”. - BERT HELLINGER

ABORTO

"Uma das consequências comuns do aborto é o fim do relacionamento: os pais têm de começar de novo se quiserem continuar juntos. Quando não estão casados, costumam afastar-se. Se o aborto ocorre na vigência do casamento, as relações sexuais ficam difíceis ou cessam por completo. Não é inevitável que assim seja, pois existem soluções: mas se os parceiros tentam contornar as consequências de seus atos e sentimentos de culpa - talvez minimizando a gravidade do que fizeram ou evitando encarar o filho não-nascido como pessoa - acabam pagando o preço dessa negligência em outra ocasião.

Ambos os pais têm igual responsabilidade pelo aborto, assim como foram igualmente responsáveis pela gravidez e nenhum pode incriminar o outro sem prejudicar a si mesmo ou ao relacionamento". (Bert Hellinger)

Mais de 80% das crianças ocidentais têm irmãos. Eu, por exemplo, tenho uma irmã

e um irmão que eu conheci por que tenho mais dois que foram abortos da minha mãe. Então, precisamos estar atentos sobre esse fato porque podemos ter irmãos que não sabemos e isso pode nos fazer sentir sozinhos no mundo. Sim, porque mesmo que não tenhamos conhecido fisicamente ou que eles não tenham nascido e vivido apenas alguns meses dentro da barriga da nossa mãe, eles continuam sendo nossos irmãos.

A missão daquelas almas foi viver aquele período de tempo. para ter aquele aprendizado. E tem tanta gente que briga com irmão... De acordo com a Constelação Medial, quando não encontramos nosso lugar no mundo é porque não sabemos nosso lugar na ordem dos irmãos.

Em algumas constelações dentre as milhares que realizei, o irmão tinha um gêmeo que havia sido reabsorvido pelo organismo e aquela alma sentia saudade e não sabia o que era. Quando tomou consciência disso,

tomou esse irmão como anjo da guarda. Nunca mais se sentiu
sozinho. Então. quando tomamos consciência de que temos irmãos, sentimos alívio. Sentimos que faltava algo e encontramos. Finalmente.

MEDITAÇÃO

Fechamos os olhos. Respiramos fundo. Ficamos em pé.

Imaginamos que estamos na posição que conhecemos de irmão. Se temos cinco ou dois
irmãos, imaginamos que os irmãos mais velhos estão do nosso lado direito e os mais novos. do nosso lado esquerdo. Percebemos como nosso corpo fica. Em pé, respirando.

Se balançamos, experimentamos ir para outro lugar. Experimentamos colocar alguém entre o irmão mais velho e nós mesmos. Permitimos que venha à imagem mental, mesmo que achemos ser fruto da nossa imaginação.

Percebemos como fica o corpo.
Fica mais firme? Se sim, perfeito.

Se ainda balança e está incômodo ficar em pé neste momento, imaginamos que tem mais um irmão entre nós e o irmão mais novo do lado esquerdo e olhamos para ele ou ela.
Reconhecemos cada um deles.

Percebemos como fica o corpo agora.
Mais firme? Agradecemos a cada um deles dizendo: Obrigado.

“Quando um mais novo assume algo de funesto em lugar de um mais velho, mesmo que seja
por amor, ele se intromete na esfera mais pessoal de alguém que hierarquicamente o precede e tira dessa pessoa e de seus destino funesto sua dignidade e força. Nesse caso, do lado bom do destino difícil já não resta a ambos a coisa em si, mas apenas o preço pago por ela.” (Bert Hellinger)

De repente, você já está no terceiro casamento ou relacionamento e acha que não tem nada a ver com os parceiros anteriores ou com os parceiros do parceiro atual. Tenho uma notícia para dar para você: mesmo que você não goste, tem tudo a ver. Há uma dificuldade em reconhecer essas pessoas que passaram na vida daquelas que escolhemos que dividíssemos nossas vidas. Essas pessoas contribuíram positivamente para que o parceiro ou a parceira se transformasse na pessoa que é hoje para você.

De acordo com Bert Hellinger, são considerados parceiros anteriores aqueles com quem tivemos relações sexuais mesmo que não tenha sido com aquele carinho que imaginamos que precisava ter tido. Foi criado um vínculo nessa relação. A partir do momento que o vínculo foi criado, uma troca foi realizada à nível de alma. Enquanto isso não for reconhecido, não conseguimos viver relacionamentos profundos. Já percebeu como existem relacionamentos superficiais?

“O outro sou eu. Ele é o outro para mim apenas enquanto não o percebo e reconheço como parte minha, pois, em princípio, nada no mundo pode estar fora de mim. Tudo me afeta de alguma maneira e, mesmo à distância, me influencia. Inversamente, também eu, pelo meu ser, pertenço ao outro, à plenitude de sua existência.

Enquanto o outro permanecer estranho para mim e eu o mantiver à distância, desconfiar dele, temê-lo ou quiser distanciar-me dele, permanecerei menos, menor, estreito, fechado, mais pobre.

A aceitação do outro é a aceitação da plenitude. Ela me pressiona no sentido da abertura, do que é maior, de outro amor, da amplidão, da modéstia, de um aprendizado sempre renovado. Ela une. Nela eu me encontro com minha plenitude, com a felicidade plena, com a entrega que me sustenta e na qual sou acolhido. Apenas nela sou totalmente humano.” (Bert Hellinger)

“AS CONSTELAÇÕES SÃO IMAGENS, FOTOGRAFIAS DO QUE FOI E PODERIA SER. E. COMO AS FOTOGRAFIAS, NÃO MOSTRAM A VERDADE TOTAL DA SITUAÇÃO, APENAS ALGUNS ASPECTOS DELA. SÃO COMO TRECHOS DE PANORAMAS AO LONGO DE UMA RODOVIA. QUANDO AS PESSOAS TENTAM TOMAR DECISÕES CAPITAIS COM BASE EM CONSTELAÇÕES, SAEM-SE MAL.
O MELHOR QUE SE TEM A FAZER DEPOIS DE UMA CONSTELAÇÃO É NÃO FAZER NADA, MAS APENAS PERMITIR QUE A NOVA IMAGEM PRODUZA EFEITOS POR SI MESMA. DEIXEMO-NOS SURPREENDER PELO QUE ACONTECE.”
(BERT HELLINGER)

MEDITAÇÃO

Fechamos os olhos e respiramos profundamente. Permitimos que venha à imagem mental nosso parceiro atual, se tivermos no momento. Olhamos nos olhos dele até que percebemos nosso coração se expandir, conseguindo resgatar a energia do começo quando a alma se expandia com a descoberta desse amor.

Então, olhamos para as parceiras anteriores dele, mesmo que não conheçamos. Falamos para cada uma delas: Obrigada por ter contribuído para ele ser quem é hoje para mim.

Perceba como ficam essas pessoas ao ouvir suas palavras. Quando perceber que ficam bem, fale: eu libero você.

Então, veja do seu lado direito, na imagem mental, seus parceiros anteriores. Não importa quantos tenham sido. Olhe-os nos olhos percebendo quais foram os mais importantes para você. Sorria gentilmente para cada um deles e fale: Obrigada por

tudo o que me ensinou ao se relacionar comigo. Amo você e tudo aquilo que me conduz e a você. Você tem um espaço no meu coração. Agora, sigo minha vida com (fale o nome do seu parceiro atual com quem você deseja construir uma vida a dois a partir de agora).

Perceba como está o corpo agora.
Mais leve?

ANSIEDADE

Você está ansioso? No Brasil, são mais de 18 milhões de pessoas ansiosas andando por aí. Isso significa o quê? A busca pela perfeição. Quando conheci a Constelação Medial, a ansiedade diminuiu consideravelmente. A ansiedade ocorre quando não tomamos a vida por completo de nossa mãe.

Como curamos isso? Recebendo a vida da forma que veio através dela. Há pessoas que ainda lembram daquela vez que a mãe bateu muito tempo atrás e esqueceu das vezes que cuidou durante a doença.

Quem vive de passado é museu! Você é museu ou ser humano? Se você ainda reclama de algo que sua mãe fez ou deixou de fazer, com certeza sofre de ansiedade. Se não reconhece os detalhes do que ela fez de bom, tem ansiedade. Fazemos o quê? Fazemos como a lente da câmera onde colocamos o foco. Qual a coisa mais importante que nossa mãe fez?

Deu a vida! Esse é o foco!

Quando conseguimos fazer isso, sabe o que acontece com a ansiedade?
Vai embora como um sopro.

MEDITAÇÃO

"A REVERÊNCIA PROVOCA UMA MUDANÇA NA ALMA. PODEMOS SENTIR ISSO EM NÓS QUANDO CURVAMOS LEVEMENTE A CABEÇA. QUE MOVIMENTO NASCE ENTÃO NA ALMA? ALGO EMERGE DAS PROFUNDEZAS. ALCANÇA A CABEÇA E FLUI PARA A OUTRA PESSOA. É UM MOVIMENTO DE RESPEITO E HOMENAGEM, QUE NOS LIGA A E ESSA PESSOA. APARENTEMENTE, ESSE MOVIMENTO NOS TORNA PEQUENOS. NA VERDADE ELE NOS UNE À OUTRA PESSOA NO MESMO NÍVEL HUMANO. A REVERÊNCIA PROFUNDA TEM UM EFEITO BEM DIFERENTE. NELA EU ME TORNO PEQUENO DIANTE DE ALGUÉM. EU O RESPEITO E LHE DIGO: "VOCÊ É

GRANDE E EU SOU PEQUENO.” NESSA REVERÊNCIA PROFUNDA EU ME ABRO PARA AQUILO QUE ESSA REALIDADE GRANDE OU ESSA PESSOA GRANDE ME DÃO. CONVÉM FAZÊ-LA DIANTE DE NOSSOS PAIS E TAMBÉM DIANTE DOS MISTÉRIO DA VIDA. ELA PERMITE QUE NOSSO CORAÇÃO SE ABRA PARA O QUE NOS É DADO.

COM FREQUÊNCIA DEVEMOS FAZÊ--LA AOS NOSSOS PAIS QUANDO COMETEMOS ALGUMA INJUSTIÇA CONTRA ELES. TERÁ SIDO ESSE O GESTO DO FILHO PRÓDIGO DA PARÁBOLA DO EVANGELHO, AJOELHANDO-SE DIANTE DE SEU PAI, FAZENDO-LHE UMA PROFUNDA REVERÊNCIA DIZENDO-LHE: “JÁ NÃO SOU DIGNO DE ME CHAMAR SEU FILHO. POR FAVOR ACOLHA-ME COMO UM DE SEUS SERVOS.” E QUAL FOI O EFEITO DESSA PROFUNDA HOMENAGEM. DESSA SÚPLICA DO FUNDO DA ALMA? O PAI SE INCLINA PARA O FILHO, O LEVANTA E ABRAÇA.

ESSE SERIA TAMBÉM O GESTO DE UM PERPETRADOR DIANTE DE SUA VÍTIMA. ELE PROMOVE A RECONCILIAÇÃO! E RECONCILIAÇÃO, NESSE CONTEXTO, SIGNIFICA QUE O QUE OCORREU PODE SER ESQUECIDO. IMAGINO QUE ELA OCORRA PRINCIPALMENTE NO REINO DOS MORTOS. QUANDO AS VÍTIMAS E OS PERPETRADORES FINALMENTE JAZEM LADO A LADO. ENTÃO, ACONTECE A PAZ.

EM SEGUIDA NOS ERGUEMOS E VIRAMOS, NO SENTIDO DE QUE PASSAREMOS ADIANTE O QUE RECEBEMOS. FOMOS PEQUENOS AO RECEBER. TORNAMO-NOS GRANDES. A REVERÊNCIA É, PORTANTO, UMA CONDIÇÃO PARA TRANSMITIRMOS A VIDA QUE NOS FOI DADA - POIS ELA NÃO NOS PERTENCE. ENTÃO ENTRAMOS NA GRANDE CORRENTE DA VIDA, RECEBENDO E TRANSMITINDO. NISSO SOMOS IGUAIS A TODOS OS SERES HUMANOS.

EXISTE AINDA UMA REVERÊNCIA AINDA MAIS PROFUNDA: NÓS NOS AJOELHAMOS E NOS CURVAMOS PROFUNDAMENTE. COM OS BRAÇOS ESTENDIDOS PARA A FRENTE E AS PALMAS VOLTADAS PARA CIMA.

ELA É UM PROLONGAMENTO DA REVERÊNCIA PROFUNDA. CONVÉM FAZÊ-LA QUANDO NOS TORNAMOS CULPADOS EM RELAÇÃO A ALGUÉM SEU EFEITO É O DE UMA PROFUNDA SÚPLICA:

“POR FAVOR. OLHE PARA MIM OUTRA VEZ.”

(BERT HELLINGER)

CÂNCER

“Às vezes. através de uma doença se manifesta algo que o doente não quer reconhecer, por exemplo: uma pessoa, uma culpa, um limite, seu corpo, sua alma, uma tarefa e um caminho que deve seguir. A doença obriga a uma mudança. Por isto. o constelador se alia ao motivo e ao objetivo da doença, por exemplo, com a pessoa excluída, com a culpa refutada, com o corpo desprezado, com a alma abandonada, com a misericórdia e a chance que se revelam na doença. Quando isto é colocado em ordem, o doente pode viver melhor. E ele também pode morrer melhor, quando chegar a hora. Em doentes com câncer, trata-se frequentemente de que se exponham à gravidade da situação. A gravidade é, naturalmente, de que se trata de uma doença mortal e que se tem que encarar a morte. Frequentemente, se deseja que o câncer seja vencido. Mas, isto é ilusório. Na maioria dos casos, é visto como algo para se livrar. Mas, ele faz parte de um processo de cura”. (Bert Hellinger)

O sistema familiar tem formas maravilhosas de colocar o sobrenome das famílias em evidência para que seja visto. O câncer tem a ver com exclusão de alguém. Alguns tipos têm a ver com a família materna, principalmente os referentes aos órgãos dos chacras cardíaco e sacral.

Os excluídos são aqueles que fizeram diferente ou até mesmo se envolveram em alguma situação trágica. São excluídos, muitas vezes, por causa da dificuldade de lidar com a dor da perda ou por ser diferente. Muitos são deserdados por isso.

MEDITAÇÃO

Respiramos fundo. Fechamos os olhos. Permitimos que venha à imagem mental, essa pessoa da família que está excluída mesmo que não conheçamos. Essa pessoa foi julgada e não foi vista.

Olhamos para ela mesmo que não a conheçamos, mesmo que não saibamos quem é. Olhamos nos olhos dela. Falamos para ela: "Eu sou igual a você. Estamos conectados profundamente. Você tem um lugar no meu coração. Com isso, libero você".

DINHEIRO

“O QUE É O DINHEIRO? O DINHEIRO É O ALIMENTO QUE LEVA A VIDA ADIANTE. É O LEITE MATERNO DA VIDA. É PRESENTEADO COMO UMA DÁDIVA DIVINA. ELE SERVE PARA QUE POSSAMOS CONTINUAR VIVOS. ALGUMAS PESSOAS QUEREM PASSAR A VIDA INTEIRA PENDURADAS NOS SEIOS DA MÃE, OU SEJA, SÓ QUEREM RECEBER. (...) O DINHEIRO GANHO COM SUOR É O QUE MAIS SERVE ÀS VIDAS. POR ISSO, NAS EMPRESAS É
MUITO IMPORTANTE DE ONDE O DINHEIRO VEM. O DINHEIRO TEM UMA GRANDE NECESSIDADE DE SERVIR. A NECESSIDADE MAIS PROFUNDA DO DINHEIRO É QUE SEJA GASTO E QUE SIRVAMOS À VIDA COM ELE. POR ISSO, É TÃO IMPORTANTE PERGUNTAR AQUI:
DE ONDE VEM O DINHEIRO?”

(BERT HELLINGER)

O que acontece para que não tenhamos dinheiro? Será que sabemos? Podemos ter uma pista. A pobreza é uma justificativa para permanecer na pobreza? Não. Ela indica que há algo em nosso sistema familiar que precisa ser visto. Não importa o que aconteceu. O que importa é que tomemos o pai no nosso coração. Quando ainda não alcançamos a plenitude financeira, significa que não tomamos o nosso pai em nossa alma, do jeito que ele é, do jeito que foi no relacionamento com nossa mãe.

O que nos impede de praticar isso? O orgulho e a arrogância. Escassez e falta de dinheiro é falta de tomar o pai no coração. Pode ser que hoje, enquanto adultos, nós nos demos bem com nosso pai, mas se ainda estamos na escassez, significa que algum vínculo foi quebrado em outro momento da vida ou de outras vidas. Não temos consciência realmente, mas a realidade nos mostra que precisamos trazer para a consciência aquilo que não está sendo visto. Está guardado no inconsciente, com a intenção

denos proteger.

MEDITAÇÃO

Fechamos os olhos. Respiramos fundo. Permitimos que venha à imagem mental, à nossa frente, o estilo de vida que queremos viver, tudo o que o dinheiro pode proporcionar, tudo o que queremos ter. Vemos à nossa frente, como numa tela de cinema. Percebemos que atrás de nós, agora, tem alguém ou algumas pessoas que nos possibilitam viver essa realidade, esse estilo de vida que o dinheiro pode nos proporcionar.

Olhamos para trás e percebemos quem está nos dando esse suporte. Podem ser várias pessoas. Conectamos com o olhar de cada uma. Isso. Quando olhamos e identificamos qual a pessoa mais importante nisso, nessa vida rica, nesse estilo de vida satisfatório, nós nos curvamos a ela. Baixamos a cabeça e nos curvamos em profunda reverência. Agradecemos por tudo. Percebemos como o corpo fica. Muito bom.

EXERCÍCIO:

RESPIRE PROFUNDAMENTE. SENTE-
-SE DE MANEIRA QUE SUA COLUNA
ESTEJA ERETA E SEM CRUZAR OS
BRAÇOS OU PERNAS. SINTA OS SEUS
OMBROS. VERIFIQUE SE HÁ NELES,
ALGUM PESO. REFLITA AS VEZES EM
SUA VIDA, QUE CERTAS SITUAÇÕES
LHE PESARAM OS OMBROS. QUE
CERTAS PESSOAS LHE PESARAM OS
OMBROS. QUE CERTAS ESCOLHAS
LHE FIZERAM CARREGAR UMA
CARGA, EM SEUS OMBROS. LENTA-
MENTE DEIXE SUA CABEÇA DESCER,
CURVANDO-SE E AGRADEÇA AQUE-
LES E AQUELAS SITUAÇÕES, QUE
DEIXAM E DEIXARAM SEUS OM-
BROS PESADOS. VIVOS OU MORTOS.
PRESENTE OU PASSADO: “EU AGRA-
DEÇO A VOCÊS. COM ALEGRIA!”

PERMANEÇA POR UM TEMPO NESSA
POSTURA ATÉ QUE LENTAMENTE
SEU CORPO RETORNA, E VOCÊ FICA
NOVAMENTE ERETO.

MEDO DA VIDA

“Como olhar para a frente na vida visto que olhar para trás é inútil? Como começar do zero olhando para frente? Começamos de baixo, com humildade. Apenas com humildade, fora do papel de vítima, é possível agir. Olhar para trás prejudica o futuro.

A vítima só consegue viver nesse mundo se continua olhando para trás, lembrando o que aconteceu no passado. É sempre bom lembrar que o que aconteceu no passado não acontece mais.

Acabou! Porém, quando ficamos na posição de vítima, criamos obsessão pelo passado. Isso nos paralisa na vida. E temos medo da vida”.
(Bert Hellinger)

MEDITAÇÃO

Fechamos os olhos. Respiramos fundo. Percebemos nossos pés nos chãos. Respiramos fundo mais uma vez. Percebemos nossas pernas e joelhos bem firmes sobre os pés. Respiramos fundo percebendo as coxas e quadris. Respiramos fundo, percebendo nossa virilha e abdômen. Isso. Muito bem. Respiramos fundo percebendo nossa coluna. nossas costas, cada vértebra alinhada perfeitamente. Respiramos fundo e percebemos nosso peito, nosso pescoço, nossa respiração enchendo e esvaziando o tórax. Respiramos fundo percebendo a cabeça, o cabelo, os olhos, o rosto, as orelhas que ouvem as palavras, o nariz...

Respirando, percebendo o ar entrando e saindo pelo nariz. Respiramos percebendo nossa boca, nos percebendo integralmente aqui e agora. Olhando para frente. Isso. Muito bem. Parabéns! Bem vindo à vida plena!

“EXISTEM SEGREDOS FAMILIARES QUE PRECISAM SER PRESERVADOS QUE
NÃO SÃO DA CONTA DOS FILHOS. TUDO AQUILO QUE TOCA O RELACIONAMENTO ÍNTIMO DOS PAIS OU ALGUMA CULPA DELES NÃO É DA CONTA DOS FILHOS. POR EXEMPLO, OS FILHOS NÃO DEVEM INVESTIGAR O QUE OS PAIS FIZERAM. PARA QUE FAZER?
SE DESCOBRIREM ALGO, O QUE DIRÃO? VÃO PERGUNTAR AOS PAIS: O QUE É
QUE VOCÊS FIZERAM? E SE COLOCAM NUMA POSIÇÃO DE GRANDES COMO SE TIVESSEM DIREITO A ISSO. (...) POR OUTRO LADO, EXISTEM SEGREDOS DE FAMÍLIA QUE PRECISAM VIR À LUZ. POR EXEMPLO, PESSOAS QUE PERTENCEM
À FAMÍLIA MAS NÃO FORAM RESPEITADAS E
RECONHECIDAS, OU FORAM ESQUECIDAS, COMO IRMÃOS QUE FALECERAM CEDO. A CRIANÇA PODE SABER DISSO, PRECISA SABER DISSO. QUANDO SE TRAZ ISSO À LUZ TEM UM EFEITO QUE CURA.” (BERT HELLINGER)

PÂNICO

Já senti na pele isso. É como se eu estivesse paralisada, com muito medo e não conseguia respirar. Não sabia explicar aquela sensação de que não tinha chão, que estava flutuando. Os fatores que causam o pânico podem ser muitos.

Quando temos os sintomas de forma pontual, há relação com nossa mãe. Se não estamos tomando nossa mãe da forma que ela é, da forma que chegou para nós, encontramos formas inconscientes de limitar cada vez mais a nossa vida, a partir dessa síndrome que nos isola do mundo lá fora.

MEDITAÇÃO

ENCONTRAMOS UMA POSIÇÃO CONFORTÁVEL E RESPIRAMOS FUNDO. FECHAMOS OS OLHOS E RESPIRAMOS FUNDO MAIS UMA VEZ. PERMITIMOS QUE VENHA À NOSSA IMAGEM MENTAL A NOSSA MÃE. OLHAMOS PARA ELA.
ENTÃO, PERMITIMOS NOS LEMBRAR DE UM MOMENTO EM QUE NOSSA MÃE PRECISOU IR EMBORA, PORQUE PRECISOU IR MESMO QUE NÃO SAIBAMOS O MOTIVO. MESMO QUE SEJA PRECISO ELA IR, OLHAMOS NOS OLHOS DELA,
PERMITINDO QUE ESSE AMOR QUE VEM DELA CHEGUE ATÉ NÓS. PERCEBEMOS ISSO EM NOSSO CORAÇÃO. NO NOSSO CORPO E NA NOSSA ALMA. FALAMOS PARA ELA: MÃE. QUERIDA MÃE, EU LIBERO A SENHORA. POR FAVOR, ME ABENÇOE.

COMO FICA O CORPO AGORA?

AMOR PLATÔNICO

Quando pesquisamos amor platônico no google, encontramos mais de 500 mil resultados. Quando temos esse vazio no coração aguardando que A pessoa específica preencha esse vazio, sabe o que está acontecendo inconscientemente?

MEDITAÇÃO

FECHAMOS OS OLHOS. RESPIRAMOS PROFUNDA E TRANQUILAMENTE. RESPIRAMOS MAIS UMA VEZ PROFUNDAMENTE, BUSCANDO UMA POSIÇÃO CONFORTÁVEL. ISSO. MUITO BEM. AGORA, PERMITIMOS QUE VENHA À NOSSA IMAGEM MENTAL ESSA PESSOA QUE AMAMOS TANTO E, AO MESMO TEMPO, É TÃO INALCANÇÁVEL.

OLHAMOS NOS OLHOS DELA E PERCEBEMOS EM QUE PARTE DO CORPO ELA PULSA. QUAL O LUGAR DO NOSSO CORPO QUE MAIS VIBRA

QUANDO OLHAMOS PARA ELA NESSE MOMENTO?
COLOCAMOS A MÃO NESSA PARTE DO CORPO E IMAGINAMOS QUE FICAMOS BEM PEQUENININHOS E OLHAMOS PARA ESSA PARTE DO CORPO.

ENTÃO, FALAMOS PARA ELA: EU AMO VOCÊ. EU ACEITO VOCÊ DO JEITO QUE VOCÊ É. PERCEBEMOS COMO ESSA PARTE DE NÓS NOS RESPONDE. ISSO. MUITO BEM. PERMITIMOS QUE UM SORRISO SAIA ESPONTANEAMENTE DE NOSSO ROSTO SABENDO QUE ESSE AMOR É CORRESPONDIDO. NÓS SOMOS CORRESPONDIDOS POR ESSE AMOR PRÓPRIO.

QUANDO NOS AMAMOS, ATRAÍMOS OS RELACIONAMENTOS QUE SÃO CORRESPONDIDOS.

PROFISSÃO

O que está acontecendo que as pessoas não gostam de trabalhar? Quando estamos nos queixando ou não estamos conseguindo o trabalho, o que está acontecendo no nosso inconsciente? Estamos sentindo a falta do nosso pai! Pode estar acontecendo também uma identificação que, na constelação, se chama dupla transferência.

Na nossa família, lá atrás, há pessoas que nunca conhecemos. No meio dessas pessoas, sabemos a história de alguns e não sabemos da história dos excluídos. O que pode estar acontecendo?

Algum antepassado pode ter sido chamado de "vagabundo" e foi colocado de escanteio na família. Se essa pessoa não foi incluída por ninguém, o campo morfogenético "traz" alguém da família para trazer essa informação de volta. Por isso, a pessoa tenta muito um trabalho e não consegue. Estuda muito e não consegue. Uma forma de cura éincluir esse excluído da família.

MEDITAÇÃO

FECHAMOS OS OLHOS. RESPIRAMOS. PERMITIMOS QUE VENHA À IMAGEM MENTAL ESSA PESSOA DO NOSSO SISTEMA FAMILIAR QUE FOI EXCLUÍDA POR TER SEGUIDO UMA CARREIRA DIFERENTE DOS DEMAIS FAMILIARES E ESTÁ DIRETAMENTE CONECTADA AO DESEMPREGO E INSATISFAÇÃO PROFISSIONAL QUE ESTAMOS VIVENDO.
OLHAMOS PARA ELA.

ELA PODE ESTAR ESCONDIDA SOB ESCOMBROS, NO ESCURO. IMAGINAMOS QUE TEMOS UMA LANTERNA E ILUMINAMOS O OLHAR
DESSA PESSOA. ESTICAMOS A MÃO E ELA SEGURA A NOSSA. ENTÃO, A LEVANTAMOS E VEMOS COMO É GRANDE. OLHAMOS PARA ELA. OLHAMOS NOS OLHOS DELA. RESPIRAMOS PROFUNDAMENTE PERMITINDO QUE ESSA INFORMAÇÃO FLUA ATRAVÉS DE NÓS. AGORA, OLHANDO PARA ELA, FALAMOS: SINTO MUITO. AGORA, VOCÊ TEM UM LUGAR NO MEU CORAÇÃO.

ESQUIZOFRENIA

Um dia. uma mãe chegou para mim aflita:
- Tenho três filhos. Um é esquizofrênico e psicótico. O outro é homossexual. E o outro já está com mais de 30 anos e não consegue ter nada na vida. Onde foi que eu errei? Fiz tudo certo. Trabalhava seis horas por dia para poder ficar mais tempo com eles e poder sustentar. Quando chegava em casa fazia tudo para eles e levava para igreja. Estava sempre levando a palavra de Deus.

Então, o tempo passou e tive oportunidade de estar com o filho esquizofrênico. Apenas ouvi o que ele tinha a dizer. Então, começou a falar das palavras da Bíblia, da luta do bem e do mal. Do quanto se esforçava para ser perfeito à imagem e semelhança de Deus. Enquanto sua boca proferia essas palavras, seu corpo tremia, os punhos estavam cerrados, ao mesmo tempo, que não conseguia me olhar nos olhos.

Em todas as famílias encontramos parentes excluídos. Muitos deles foram levados à

morte por causa dessa exclusão causada pela separação entre o bem e o mal. Por tantas vezes, nós também nos sentimos mal e ao mesmo tempo nos sentimos em paz.

O que está por trás disso?

Todos esses mortos de nosso sistema familiar que acreditavam em algo de forma diferente dos demais, que seguiu outro caminho por achar que poderia ser mais feliz de outra forma. Há sempre essa divisão de que o que meu grupo acredita é o certo. E o que seu grupo acredita é errado. Então, ficamos na luta de converter o máximo número de pessoas para o nosso lado. Isso nos traz a ilusão de que seremos mais forte. Trata-se de um preço pago muito alto porque muitas vidas se perderam por causa de algum ideal. A alma do esquizofrênico olha para essas vidas que foram ceifadas e aguarda pela reconexão delas ao sistema familiar. Esse olhar é de amor.

MEDITAÇÃO

Fechamos os olhos. Respiramos fundo. Colocamo-nos em uma postura centrada e humilde. Colocamo-nos em uma posição onde não julgamos por que não temos conceitos do que é certo e errado. Permitimos que venha à nossa imagem mental alguém de nossa família que foi morto. Essa pessoa está deitada no chão à nossa frente. Olhamos para ela ao mesmo tempo em que aquela pessoa que agrediu chega perto da vítima no chão e começa a cuidar dela. Então, podemos dizer para cada uma: "Sim, você tem um lugar no meu coração".

AUTISMO

No mundo, em 2018 eram mais de 50 milhões de pessoas diagnosticadas de autismo. Em 2024, esse número aumentou para 70 milhões. No Brasil, são mais de três milhões. De acordo com a constelação medial, o autismo é um movimento de amor interrompido. Em muitos casos, é alguém do passado que está precisando ser visto.

Alguém que foi perpetrador ou assassinado no sistema familiar. Geralmente, quando uma tragédia acontece na família, os envolvidos não querem olhar e não fazem o luto. Não fazem o luto porque dói muito. Dói muito perder um ente familiar de forma abrupta.

A alma da criança autista, geralmente, está olhando para alguém que foi morto e não foi visto. Fazemos um chamado para olhar com amor e carinho para os antepassados da nossa família, mesmo que não saibamos quem é ou o que aconteceu.

Cada vez mais crianças estão nascendo com autismo porque essas pessoas não estão sendo vistas. Isso vem sendo transmitido por

gerações. Outra observação é o amor profundo que essas crianças têm pela mãe e seu sistema. Crianças que fazem tudo, até mesmo dão a vida para suas mães.

Nossa meditação é para os familiares de um autista por que a família fica mais angustiada com a situação do que a criança que está em seu mundo próprio. Na visão espiritualista, a alma da criança não chegou completamente à terceira dimensão. É como se metade da alma estivesse aqui e a outra metade está lá.

MEDITAÇÃO

Fechamos os olhos. Respiramos fundo. Permitimos que venha à imagem mental a pessoa excluída da família da mãe dessa criança. Olhamos para essa pessoa e convidamos a criança que conhecemos a olharmos juntos para essa pessoa. Com amor. Percebemos como a criança fica nessa imagem mental quando alguém olha para essa pessoa juntamente com ela.
Permitimos que os familiares comecem a cuidar dessa pessoa que está deitada no
chão. Os familiares se abaixam e cuidam dessa pessoa. Nós observamos isso.
Percebemos o que acontece no nosso corpo.

OBESIDADE

Metade da população brasileira está acima do peso. Esse dado é preocupante. Quando alguém está acima do peso ou não consegue controlar o peso, percebemos que há algo relacionado à mãe ou à família da mãe. Então, o brasileiro está precisando fazer as pazes com o sistema familiar materno, se apropriar dessa mãe de forma humana.

De repente, aprendemos a acreditar em um conto de fadas onde a mãe é uma super heroína. Realmente, as mulheres se esforçam para ser assim, mas é impossível porque somos humanas.

Precisamos educar nossos filhos para perceberem como é a realidade da vida para que possam crescer seguros, fortes e confiantes, sem necessidade de criar camadas de proteção
através da gordura.

MEDITAÇÃO

Fechamos os olhos. Respiramos fundo, buscando nosso centro. Percebemos como está a satisfação com nosso corpo. Colocamos a mão esquerda no peito e a mão direita no abdômen.

Percebemos a relação que temos com nosso corpo. Imaginamos que à nossa frente há um espelho onde olhamos o corpo da cabeça aos pés. Olhamos parte por parte do corpo e agradecemos uma por uma.

Obrigado. Obrigado. Obrigado.

VIOLÊNCIA

A violência vem deixando as pessoas apáticas, sem perspectiva de vida, visto que tantas pessoas na família passaram por alguma situação de violência. No Brasil, acontece uma morte violenta a cada oito minutos. Muitas vezes, o preço dessa vida é uma nota de vinte reais.

A vida está valendo cada vez menos? O que está acontecendo na nossa alma para não estarmos dando importância para a vida como ela é? Quando falo "nós", estou chamando para olhar para alguém no nosso sistema familiar que passou por isso. Por que muitos acham que isso só acontece com os outros. Na verdade, está em nós também.

Enquanto não incluirmos índios, europeus e negros que formam a população brasileira. Enquanto não integrarmos todas essas raças em nosso coração, em nossa alma, a violência aumentará cada vez mais. Uma das soluções para isso, em termos de constelação medial, é incluir todos como uma nação.

Ainda temos muitas divisões e discussões sobre quem é negro, índio e europeu. Cada uma achando que merece mais direitos que as outras. Ainda há negros que acham que são superiores aos brancos porque sofreram muito no passado, querendo o pagamento com sangue. Há brancos também que ainda querem algo em troca.

Nossa consciência caminha para a inclusão cósmica quando percebermos que somos todos iguais. Eu sou igual a você. Você é igual a mim. Mesmo que tenhamos a cor diferente, pensemos diferente, tenhamos educação diferente, somos todos iguais. Somos espíritos em corpo humano. Daqui para a próxima vida, pode ser que venhamos a nascer com cor de pele diferente em situações diferentes.

MEDITAÇÃO

Fechamos os olhos. Respiramos fundo. Permitimos que venha à nossa imagem mental o horizonte à nossa frente. O horizonte onde tudo se une, tudo se conecta, aonde vamos todos juntos. Formando um. Todos juntos. Olhamos para esse horizonte. Todos conectados olhando para esse lugar, percebemos que atrás de nós vieram muitos e muitos seres humanos que estiveram em guerras e conflitos. Eles perseveraram para que pudéssemos chegar até aqui. Cada um atrás de nós contribuiu da forma que sabia e como podia.

Percebemos que vem uma força muito poderosa. Uma grandeza que vem atrás de todos esses que vieram antes. Olhamos para nosso lado esquerdo. Percebemos que todos olham para esse horizonte e recebem essa grandeza e força dos que vieram antes. Olhamos para essas pessoas ao nosso lado e falamos: “SIM! Você é igual a mim”. Percebemos como elas ficam ao ouvir nossas palavras: “SIM! Você é igual a mim”.

Olhamos para nosso lado direito. Percebemos que todos olham para esse horizonte e recebem essa grandeza e força dos que vieram antes. Olhamos para essas pessoas ao nosso lado e falamos: SIM! Você é igual a mim.

Percebemos como elas ficam ao ouvir nossas palavras: SIM! Você é igual a mim.

Falamos para cada uma. De mãos dadas com as pessoas dos lados esquerdo e direito, olhamos para o horizonte e percebemos como ele se torna mais iluminado e mais próximo. Então, juntos, damos um passo à frente. Rumo a esse horizonte.

"Quando os pais são carentes emocionalmente, convém voltar-se um para o outro ou para seus próprios pais porque quando eles recorrem aos filhos para se sentirem confortados ou tranquilizados, os papéis e funções da família são invertidos. Isso é parentificação, o filho ocupar a posição de paidos pais." (Bert Hellinger)

SUICÍDIO

O Brasil é o oitavo país no mundo com mais casos de suicídio ocasionados pela depressão.

Bert Hellinger fala que enquanto o brasileiro não incluir as raças primordiais que formam o Brasil, o país não prospera. O que seria incluir? É honrar a história da forma como foi. É ter profundo respeito pelos índios e pelos escravos que trabalharam para a construção da nação. A depressão é esse vazio, falta de honrar o passado. A vida é um dom precioso que temos. Por maior que seja a dor, precisamos lembrar que essa dor é curada a partir do momento que olhamos para ela e permitimos que seja drenada através de nós, olhando para estes que precisam ser vistos.

Em uma cidade, temos uma população de sete bilhões de mosquitos, o que equivale à população mundial. Esse dado nos lembra o quanto a vida é rara e como temos um caminho a percorrer.

“Onde sempre um homem ou uma mulher se preocupa com uma criança... estes aguardam secretamente pela morte da mesma - principalmente quando se trata de um jovem ou adulto. As crianças precisam se afastar para se libertar de tal destino. Sentir-se devedor (culpado) da Morte. Esta é uma dinâmica secreta - devo continuar a falar sobre isto?

Toda vez que há preocupação por uma criança… Nós a encontramos lá onde o pai ou a mãe se sentem devedores (culpados) em relação à Morte. Se uma mãe se sente culpada em relação à morte... por exemplo... por causa de um aborto causado...a mãe diz para sua criança...secretamente… “morra por mim”!

E a criança reage a este pedido. Normalmente são os meninos, que seguem secretamente esta frase. Os meninos dizem para a mãe... secretamente...Eu por você! O menino se torna então um herói. “Eu morro em teu lugar, querida mamãe!”

São tragédias - É algo que no final liberta. Se nós, por exemplo. pegarmos Shakespeare (William Shakespeare - poeta e dramaturgo inglês), podemos visualizar estas dinâmicas.

O herói, ao final, morre. Leis secretas - que por vezes se tornam um script de vida.

Tal qual encontramos na história da Chapeuzinho Vermelho: a mãe diz para sua filha "tome cuidado quando você for à floresta". Manda a filha para a floresta. O que a mãe diz secretamente para a filha? Morra! E assim é. A filha segue este pedido e demonstra desta maneira o seu amor incondicional à mãe.

Tal situação ocorre também no campo familiar. Na Constelação Medial há uma solução para esta dinâmica. O pai pode solucionar isto. O pai diz para seu filho… "aqui sou seu salvador". E diz para a mãe de seu filho... "aqui você está sozinha! Olhe para sua culpa. Eu olharei para a vida".

O filho diz então para a mãe: “Eu sigo meu próprio caminho. Respeito sua culpa… mas a deixo para você!” Só há uma solução... uma Constelação Medial. E o constelador deve conhecer estas leis (Ordens do Amor).

E a mãe é má? O pai é mau? Não... isto são movimentos!” (Bert Hellinger)

Não adianta querermos nos enganar achando que estamos aqui agindo como se nada do que está acontecendo venha a ter consequências. O que você acha que pode acontecer na próxima vida com pessoas que levam outras à morte? Elas vão ser colocadas na mesma posição de quem ela excluiu nessa vida.

Mas, não vamos nos ater em falar dos outros. Vamos fazer uma observação sobre nós mesmos e cuidar do nosso carma. Se nós tivéssemos sido tão bonzinhos na outra vida, não estaríamos aqui. Estaríamos em outra dimensão.

MEDITAÇÃO

A meditação deste tema é para uma situação desagradável na sua vida que persiste em se repetir por mais que você já tenha dedicado seus recursos para resolvê-la.

Respiramos fundo. Inspiramos e expiramos encontrando nosso centro. Inspiramos e expiramos nos conectando com nosso ser. Permitimos que venha à nossa imagem mental o problema que persiste. Percebemos todos os detalhes à nossa frente.

Agora, ele vai se transformando em alguém, em uma pessoa que talvez conhecemos ou em alguém que não conhecemos. Então, olhamos nos olhos desse alguém, dessa pessoa. Respiramos fundo para ficar mais claro e visível, esse olhar. Olhando para essa pessoa. falamos:
Agora, eu entendo. Sim, agora eu compreendo. Assim, libero você. Com amor.

Perceba como esse olhar reage a essas palavras. Isso. Muito bom.

MEDIUNIDADE

Todas as pessoas são médiuns. O que acontece de diferente é que há pessoas que percebem o que acontece e outras não. Às vezes, sabemos que somos médiuns por percebermos a sensibilidade no nosso dia a dia. Não percebemos nossa mediunidade por que fomos impregnados de informações que nos colocam medo.

A partir do momento que não permitimos o medo nos dominar, começamos a perceber isso ao nosso redor. O ser humano vive e morre. Somos espíritos em corpo. Trocamos de corpo e somos os mesmos espíritos. A física quântica tem nos mostrado que a matéria é ocupada pelo espírito pela energia. Quando a alma sai do corpo, a matéria perde vida.

Como sabemos que estamos com a mediunidade bloqueada? A seguir, os principais sintomas:

- Insônia;
- Síndrome do Pânico;

- Depressão;
- Ansiedade;
- Oscilação do humor;
- Irritação;
- Pensamentos autodestrutivos;
- Medo da noite.

Quando anoitece, você se torna numa pessoa de fé por causa de tanto medo que sente? O que fazer então? Relembramos quem realmente somos: um espírito vivendo na matéria.

MEDITAÇÃO
Fechamos os olhos. Respiramos fundo. Imaginamos que saímos do nosso corpo e olhamos para nosso corpo do teto do ambiente onde estamos. Subimos, flutuamos mais um pouco e vemos o corpo lá embaixo. Então, olhamos do alto da nossa rua nosso corpo naquele ambiente. Percebemos que "estamos" isso. Então. aos poucos voltamos para onde nosso
corpo está. Então, nos apropriamos novamente de cada parte: cabeça, pescoço, peito, braços, pernas, abdômen, mente,... Então, fale: "estou aqui".

O QUE É INCLUSÃO CÓSMICA?

Inclusão Cósmica é o termo criado por mim para abranger tudo e todos que estão excluídos de nossos sistemas familiar e espaço/tempo (de nossas vidas passadas, futuros e paralelas). Quando criticamos, julgamos e nos queixamos, estamos realizando uma exclusão, mesmo que seja inconscientemente. Teremos paz e equilíbrio na vida quando finalmente conseguirmos aceitar tudo como é, como foi e como está para acontecer. Podemos ser responsáveis por nossas escolhas na vida, mas não somos responsáveis pelas escolhas dos outros. Por isso, é tão importante essa tomada de consciência. Aceitar o outro como é, aceitar a vida em toda a sua diversidade.

Quando exercemos a Inclusão Cósmica. mais pessoas despertam suas consciências e se libertam de amarras, crenças e conceitos que foram levadas a acreditar. Uma dessas amarras é a busca pela perfeição, de tentarmos nos tornar super humanos. Para a realização deste ideal, muitos são excluídos.

Com isso, no lugar de haver mais harmonia, mais o caos acontece. Estaremos realmente vivenciando a Nova Terra quando o amor finalmente ganhar espaço, abraçando a diversidade.

QUEM É DHANISTA (DANIELLA DE MEDEIROS)?

Eu sou a pessoa que em oito de julho de 2018, empreendi uma caminhada para uma cachoeira chamada Maria Alva, em Paraty/RJ, mais exatamente na Ecovila Goura. No começo, um senhor do local explicou o caminho. Disse que era simples. Então, me explicou como chegar. Fui. Dei os primeiros passos e encontrei algumas casas. Estavam homens trabalhando. Me senti segura porque se acontecesse algo eles iriam me procurar. Um indagou preocupado: “você vai sozinha”? Eu disse com firmeza que sim.

A trilha inicial era bem espaçosa. dava para passar carro. Nas laterais, a mata era fechada, onde não se via um outro lado.

Tudo era verde. Então, cheguei à primeira porteira. Passei. A trilha de descida para a cachoeira ficava antes da segunda porteira. Dei alguns passos após a primeira porteira e ouvi um som que me paralisou. Era o som de algum felino. Parei. Na minha imagem mental, veio imediatamente uma jaguatirica com seus filhotes, ali no meio da mata, me avisando para não passar. Paralisei. Fiquei com a aura totalmente preenchida de medo.

Olhei para a mata para alcançar alguma ponta de olhar brilhante no meio daquele verde, mas não vi nada. Então, dei mais um passo. Sincronicamente, o som de novo. Parei. Será que era hora de voltar? Será que era até ali o meu caminho?

Então, comecei a lembrar da minha história com a Maria Alva, a cachoeira, dois anos e meio antes. Havia sido minha primeira visita em Paraty. O bairro da Graúna foi o primeiro lugar para onde fui atraída. Quando cheguei na Ecovila, as pessoas falaram que tinham três cachoeiras.

Fui em uma e me dei por satisfeita. Mas, ficou aquela vontade de voltar para conhecer as outras duas. Um ano depois, tive a oportunidade de conhecer a segunda. Uma semana antes de sair de Paraty (dois anos depois) e voltar para Natal, tive a oportunidade de ir novamente a Ecovila. Estava meio fraca e não pude ir à terceira, a cachoeira Maria Alva. Então, fiquei triste. O dever não havia sido totalmente cumprido.

Fiquei parada ali pensando: mais uma vez tive a oportunidade e vou deixar o medo me vencer? Como seria se eu abrisse espaço para o amor? Afinal, com medo, o amor não tem espaço. Uma voz dentro de mim disse que a onça também tinha amor por seus filhotes e poderia atacar qualquer um que se aproximasse deles, mesmo que fosse em um raio de dez metros. Era instintivo. No meio desses pensamentos, estava "ele vai ficar esperando". Já havia esperado por quase três anos.

Quanto mais eu o faria esperar? Por causado medo? Então, respirei e permiti me

preencher de amor. Senti-me muito bem. Então, dei mais um passo. E ela rosnou de novo. Parei, recuei cinco passos. Olhei e só vi a mata fechada. O pensamento é que ela daria o bote a qualquer momento. Então, falei para mim mesma que estava com amor ali. Que mais poderia fazer?

Retornar.

Mas, isso estava fora de cogitação depois de tantas conclusões que havia acabado de chegar. Eu poderia passar o dia inteiro aguardando a permissão de passar. Na pior das hipóteses, os homens iriam me buscar quando visse que não voltava. Então, lembrei as três leis do amor.

Honrei.

Primeiramente a ela e seus filhotes, ao seu poder, e me senti poderosa. Abaixei-me e fiquei de quatro, sentindo-me igual a ela. Pedi a permissão para passar, sabendo que ali era seu lugar. Então, lembrei da lei do pertencimento, da inclusão. Falei mental-

mente que eu também tinha o direito de pertencer àquela mata. Deus a criou para todos viverem em harmonia.

Nesse momento, senti-me parte daquela mata. Finalmente, lembrei a lei do Dar e Receber. Comecei a receber aquela energia da mata, a generosidade de sempre nos dar mais e mais, mais além do que precisamos dar conta. Agradeci. Levantei e pensei: "se tudo isso não passa de uma grande ilusão? Se eu sou co-criadora do Universo. Se eu construo o que acontece na minha vida e isso aqui tudo é uma matrix, escolho agora criar meu caminho até a cachoeira. Ele está me esperando. Já esperou bastante e hoje é meu dia de ir até lá, conversar com ele e olhar para ele e ouvi-lo e senti-lo".

Dei mais um passo à frente e ouvi de novo.

Ah, bicha! Ela estava me observando por que rosnava exatamente no momento que eu dava um passo! Então, esse pensamento veio mais forte: "tudo é ilusão! Inclusive

essa vida! Se a onça sair da mata e me matar e me machucar, é ilusão também! Eu co-crio ir para a cachoeira e chegar lá"!

Olhei para cima e vi um beija-flor. Cheguei à conclusão que era por causa de seu bico alongado. Mas ele era bem grande e a maior parte de suas penas era preta. Ele estava em um galho, parado, olhando para minha cara. Então, ele voou de uma árvore para a outra. E esse voo fez o mesmo som do rosnado felino que eu havia escutado três vezes. Então, fiquei olhando para ele.

Alguns minutos depois, voou para a outra árvore e fez o mesmo som.
Perfeito! Era o que eu precisava para continuar! Continuei mais atenta, mais presente, como se realmente precisasse entrar nesse estado para ser digna de entrar na cachoeira. Cheguei à segunda porteira e não vi o caminho para descer a cachoeira.

Deparei-me com uma paisagem maravilhosa da Costa Verde do Rio de Janeiro lá embaixo. Pensei comigo que já havia valido

a pena aquele caminho. Seria uma justificativa perfeita para não encontrar a cachoeira e voltar. A voz então vinha de novo “ele está esperando”.

Procurei, procurei e procurei a entrada da trilha da cachoeira e não vi. Eles haviam dito que tinha um formigueiro enorme em frente a trilha. Então, passei a procurar pelo formigueiro e pedir permissão à floresta para me mostrar o caminho.

Sim, a floresta nos mostra o caminho quando somos merecedores, quando estamos honrando. Quando não honramos toda sua grandeza, ela manda urtiga, mosquito, abelha e bichos peçonhentos para nos colocar no lugar de respeitá-la. No lugar da humildade frente à toda sua grandeza.

Então, foi hora de aguardar um pouco mais. Tudo silenciou. Os ventos, o canto dos pássaros. Tudo. Era eu e o silêncio ensurdecedor de Deus. Depois de alguns segundos, ele se rompeu e a voz veio novamente: “ele está esperando”.

Nesse momento, permiti-me ser guiada. A entrada estava ali para mim. Encontrei o grande formigueiro e desci pedindo licença a todo instante, tomando cuidado com muitas bananeiras que tinham pelo caminho, lugar preferido para ninho de cobra e aranha. A descida era estreita. Um pássaro que não sei identificar qual era, cantava mais e mais alto enquanto eu descia. Será que anunciava que eu estava chegando? Mais e mais eu pedia licença. Sentia-me ansiosa para chegar logo porque "ele estava esperando".

Estava louca para saber quem era "ele". Então, percebi que aquela ansiedade poderia me machucar. Poderia tropeçar nos meus próprios pés. Parei, respirei fundo, acalmei-me e pedi desculpas pela ansiedade. Afinal, era desnecessária. A Maria Alva e ele não iam sair dali.

Passei os últimos cinco minutos de descida, pé com pé, respirando a cada passo. Então, cheguei. O som ensurdecedor da queda d'água calou meus pensamentos. Comecei

arir. Uma alegria inebriante me invadiu.

Havia conseguido! Havia deixado o amor me guiar! Ele realmente estava lá. Esperando com amor e abundância. A água caindo com toda força, continuamente, fluindo. As rochas enormes ao lado da queda d'água estavam posicionadas como um paredão de proteção, perfeitamente encaixadas.

A água descia por rochas até se perder na mata fechada de novo. Estava me sentindo no útero novamente. Meu corpo se fundiu àquela força e grandeza, então eu o vi. Aquele que estava me esperando: era Deus.

AGORA É O MOMENTO DE VOCÊ ENCONTRAR "ELE"...

Conecte-se ao seu coração. Seu coração diz sim para a vida. O conhecimento que lhe foi dado até agora, impregnou seus pensamentos e tirou sua paz. Não serve mais. Estamos em um tempo em que não precisamos que alguém lá fora nos diga o que fazer. Agora é a hora de redescobrir sua essência, este Deus que está dentro de si, que coloca você para agir em nome da Vida.

O que seria algo em nome da vida?

Aceitar-se como é. Preservar a essência imperfeita de Ser Humano. Colocar os pés na terra e perceber como somos dependentes de tudo o que ela produz, ao mesmo tempo que estamos recebendo dela tudo o que precisamos e pedimos.

Podemos nos colocar na posição de receber o sorriso de outro. Receber até mesmo uma expressão de raiva do outro, onde há uma dor por trás, e aceitar. Dizer sim para a forma que a vida se expressa para o outro. Podemos levar uma vida inteira para finalmente dizermos "Sim" para nosso pai e para nossa mãe. Quando esse dia chegar, estaremos no céu e já não precisaremos desejar algo que está "lá" com a nossa morte física porque perceberemos que já chegamos.

No aqui e agora. Este é o céu. Neste lugar, todos estão, absolutamente, TODOS estão nele. Afinal, todos somos partículas deDeus, do Universo, da Criação.

Quanto mais nos curamos, mais o outro se cura. Quando uma pessoa se cura, dez ao redor se curam automaticamente. Conto com você para espalhar cada vez mais essa boa notícia em busca da plenitude na vida. Quero convidar especialmente você para participar ativamente da GURUSOFIA, disponível na plataforma educacional hotmart.

Aumente sua percepção extra sensorial encontrando respostas para conflitos pessoais; Trabalhe sua mediunidade; Conheça melhor as três leis do amor e encontre respostas de processos que acontecem repetidamente na sua vida. Na Gurusofia, temos meditações mais profundas que auxiliam no nosso bem estar diário e na clareza dos passos a seguir no dia a dia em direção à plenitude da vida e do autoconhecimento.

“Quando concordo com uma pessoa, ela se tranquiliza.

Quando concordo com uma situação, ela fica em paz.

O caminho fica livre para a ação possível e necessária.

O mesmo acontece com minha dor.
O que ocorre quando concordo com ela?

Deixo de querer livrar-me dela, pelo contrário, assumo-a. Permito que ela descanse em mim.

Dedico-me a ela e deixo que assuma o comando, inclusive quanto ao que a suprime ou alivia”.

(Bert Hellinger)

DANIELLA DE MEDEIROS

Constelação Alma

A CONSTELAÇÃO DA ALMA É UMA ABORDAGEM QUE TRAZ CONSCIÊNCIA DO INDIVÍDUO PARA RESOLVER CONFLITOS QUE IMPEDEM A EXPANSÃO DO ESPÍRITO.

DESENVOLVIDA POR BERT HELLINGER, A PRÁTICA TEM TRAZIDO RESULTADOS MAIS EXPRESSIVOS QUE A CONSTELAÇÃO SISTÊMICA.

NESTA OBRA, TEMOS MEDITAÇÕES GUIADAS QUE TRAZEM BENEFÍCIOS PARA MILHARES DE PESSOAS.

ISBN Nº 978-65-01-10684-7